FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

THESE

APRESENTADA Á

FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

Em 31 de Outubro de 1906

PARA SER

PERANTE A MESMA PUBLICAMENTE DEFENDIDA

POR

Manuel Portugal Ramalho

Pharmaceutico pela mesma Faculdade

Natural de Alagoas

AFIM DE OBTER O GRAU

DE

DOUTOR EM MEDICINA

DISSERTAÇÃO

CADEIRA DE HYGIENE

Hygiene na puberdade da mulher

PROPOSIÇÕES

Tres sobre cada uma das cadeiras do curso de sciencias medico-cirurgicas

BAHIA

Typ. e Encadernação do Lyceu de Artes e Officios

Dirigida por PRUDENCIO DE CARVALHO

1906

Faculdade de Medicina da Bahia

DIRECTOR—Dr. ALFREDO BRITTO
VICE-DIRECTOR—Dr. MANOEL JOSÉ DE ARAUJO

Lentes

OS DRS.	MATERIAS QUE LECCIONAM
	1.ª SECÇÃO
A. Carneiro de Campos	Anatomia descriptiva.
Carlos Freitas	Anatomia medico-cirurgica.
	2.ª SECÇÃO
Antonio Pacifico Pereira	Histologia
Augusto C. Vianna	Bacteriologia
Guilherme Pereira Rebello	Anatomia e Physiologia pathologicas
	3.ª SECÇÃO
Manuel José de Araujo	Physiologia.
José Eduardo F. de Carvalho Filho	Therapeutica.
	4.ª SECÇÃO
Josino Correia Cotias	Medicina legal e Toxicologia.
Luiz Anselmo da Fonseca	Hygiene.
	5.ª SECÇÃO
Braz Hermenegildo do Amaral	Pathologia cirurgica.
Fortunato Augusto da Silva Junior	Operações e apparelhos
Antonio Pacheco Mendes	Clinica cirurgica, 1.ª cadeira
Ignacio Monteiro de Almeida Gouveia	Clinica cirurgica, 2.ª cadeira
	6.ª SECÇÃO
Aurelio R. Vianna	Pathologia medica.
Alfredo Britto	Clinica propedeutica.
Anisio Circundes de Carvalho	Clinica medica 1.ª cadeira.
Francisco Braulio Pereira	Clinica medica 2.a cadeira
	7.ª SECÇÃO
José Rodrigues da Costa Dorea	Historia natural medica.
A. Victorio de Araujo Falcão	Materia medica, Pharmacologia e Arte de formular.
José Olympio de Azevedo	Chimica medica.
	8.ª SECÇÃO
Deocleciano Ramos	Obstetricia
Climerio Cardoso de Oliveira	Clinica obstetrica e gynecologica
	9.ª SECÇÃO
Frederico de Castro Rebello	Clinica pediatrica
	10. SECÇÃO
Francisco dos Santos Pereira	Clinica ophtalmologica.
	11. SECÇÃO
Alexandre E. de Castro Cerqueira	Clinica dermatologica e syphiligraphica
	12. SECÇÃO
J. Tillemont Fontes	Clinica psychiatrica e de molestias nervosas.
João E. de Castro Cerqueira	Em disponibilidade
Sebastião Cardoso	Em disponibilidade

Substitutos

OS DOUTORES	
José Affonso de Carvalho (interino)	1.ª secção
Gonçalo Moniz Sodré de Aragão	2.ª »
Pedro Luiz Celestino	3. »
Alfredo de Andrade (int.)	4.a
Antonino Baptista dos Anjos (interino)	5.a
João Americo Garcez Fróes	6.a »
Pedro da Luz Carrascosa e José Julio de Calasans	7.a »
J. Adeodato de Sousa	8.a
Alfredo Ferreira de Magalhães	9.a »
Clodoaldo de Andrade	10. »
Albino A. da Silva Leitão (interino)	11. »
Luiz Pinto de Carvalho	12. »

SECRETARIO—DR. MENANDRO DOS REIS MEIRELLES
SUB-SECRETARIO—DR. MATHEUS VAZ DE OLIVEIRA

A Faculdade não approva nem reprova as opiniões exaradas nas theses delos seus auctores.

DISSERTAÇÃO

CADEIRA DE HYGIENE

Hygiene na puberdade da mulher

HYGIENE NA PUBERDADE DA MULHER

DIGNO dos cuidados hygienicos é o estado da mulher na puberdade.

Nessa phase da vida feminil a rapariga se conserva ameaçada de inimigos e males que requerem os maiores cuidados, todo o seu organismo se acha em imminencia morbida, todos os orgãos estão aptos a contrahir affecções, o meio interior enfraquecido não pode luctar com successo contra os micro-organismos pathogenos; as diatheses começam a produzir seus effeitos nefastos.

O systema nervoso não é immune, e concorre com grande contingente á pathologia dessa idade, principalmente quando patrocinado pela herança.

O systema utero-ovariano constitue-se o centro da pathologia da puberdade.

Antes das manifestações puberes a rapariga conserva-se n'um estado equivocó, caracterisado por uma sorte de latencia sexual; pouco differe

do menino, mas ao approximar-se a erupção catamenial, tudo se modifica no seu sêr.

A principiar pelo utero, que se conservava no estado embryonario, e que agora accorda para a vida da especie, e torna-se o centro de um systema ao redor do qual giram todos os apparelhos e funcções, a ponto de um eminente gynecologo consideral-a um utero servido por orgãos, até a voz que se torna de uma tonalidade mais elevada, tudo evolue no organismo na epoca da formação.

O tecido cellular que no homem nessa idade tende a desapparecer, nas raparigas augmenta, e distribue-se algumas vezes com tanta harmonia, que as torna verdadeiras *obras de esculptura.*

As glandulas sebaceas secretam uma substancia de um odor *sui generis.*

Os seios se desenvolvem, se intumescem, os mamillos tornam-se erecteis.

O esqueleto soffre grandes modificações; os ossos tornam-se maiores e mais densos, as suas differentes peças começam a se soldar, os nucleos epiphysareos dos longos a se reunirem ás dyapheses.

Papel importante exercem as secreções de certos orgãos estudadas por Brown Sequard sobre os phenomenos da evulução pubere e do crescimento.

A acção mais evidente recae nas thyroidianas e ovarianas, mas, seria grande erro acreditar que só ellas tomam parte nestes phenomenos; as dystrophias renaes e hepaticas tambem concorrem para parada do desenvolvimento.

Raciborski chama a attenção para a congestão ovarica que precede a primeira regra, e a considera como causa das perturbuções sympathicas do systema nervoso.

O professor Ball diz que em nenhuma parte do organismo se vê sympathia mais intima como a que liga os centros nervosos aos orgãos da reproducção.

Effectivamente nestes orgãos se acham uma pleiade de ganglios sympathicos e uma rede de nervos mixtos emanados dos plexos hypogastricos, sacro lombares, coccygianos e femuraes.

Os prodromos physicos da menstruação, são terminados por dôres abdominaes, tensão na região hypogastrica, máo estar, etc.

Um escoamento muco sanguinolento no começo, sanguineo em seguida, annuncia que a criança passou a ser mulher.

Emquanto estes phenomenos se desenrolam, o

estado mental da rapariga experimenta grandes transformações.

O genial Lamartine, disto teve grande intuição e revelou-a na phrase, « como o corpo o espirito tem a sua puberdade ».

A rapariga que era então, alegre, satisfeita, motejadora, engraçada, torna-se meditabunda, triste, apprehensiva.

Uma sensação nova se arraiga em seu espirito sem que ella saiba explical-a; é uma necessidade physiologica que ella não localisa, porque é todo o seu ser que a experimenta.

Neste periodo de nevrosidade está sujeita a *quedas faceis*, ou aos mais são ideaes.

***

Raciborski tem em conta tres factores na apparição do fluxo catamenial: *clima, temperatura* e *sentido genital.*

As estatisticas variam sobre a fixação do desabrochar da primeira regra e multiplas causas concorrem para isto.

Em uma mesma cidade se encontram differentes

raças, cada uma regrada em idades diversas, informações mal dadas, etc. tudo concorre para tornal-as imperfeitas.

E' enorme a contradicção dos autores a este respeito.

Hannover, citado por Mantegazza, diz que só a Dinamarca, a Noruega, a Inglaterra e a França podem offerecer dados mais ou menos exactos neste particular.

A Dinamarca que mais occupou as observações de Hannover e Ravan offerece notavel differença nas medias.

Assim em 3840 observações, Ravan achou uma media de annos 15,84 para a apparição do primeiro fluxo, emquanto que, em 2129, Hannover achou a de 16,21.

O Dr. Donnart em sua these sustentada em Bordeaux 1895, em observações feitas em 200 raparigas no sudoeste de França, consigna a media de 14 annos, 2 mezes e 6 dias.

Ainda são da these do Dr. Donnart, as seguintes estatisticas: Em 4813 individuos observados por Dubois, Rawn, Frugel, Faye, Lundborg, Wistrand, em diversos paizes de clima frio, a media achada foi de 16 annos e 3 mezes. Em 1635 ob-

servações feitas em paizes quentes por Goodeve Leith, Roberton, Vebb, Dubois, a media tirada foi de 12 annos e 7 mezes.

Admitte-se geralmente que a precocidade das regras está na rasão directa da elevação de temperatura do paiz, porem, estudos modernos, mostram que isto não tem rasão de ser.

Estatisticas de medicos illustres apresentam as maiores differenças; paizes quentes com medias altas quanto a idade das regras, e frios com apparecimento precoce. O Dr. Donnart insiste, não ser verdade «que cada gráo de latitude vê descer ou subir cerca de um mez a epoca da puberdade, segundo que se afasta ou se approxima do equador.»

O facto de paizes na mesma latitude terem media differente neste particular, e vice versa, populações differentes como negras e inglesas, tendo a mesma media, faz muito suspeitar desta theoria.

Lugar saliente occupa a raça no apparecimento desta funcção; assim: Inglezas nascidas na India são regradas na mesma idade que as raparigas nascidas na Inglaterra.

A herança, esta grande força que governa o mundo, na opinião de Ducleaux; esta potencia innata que teem os dois reinos da natureza de trans-

mittirem aos seres que delles veem qualidad es particulares do que foram e do que são, não se poderia tornar estranha nesta funcção.

Muitas vezes passa despercebida a transmissão da herança quanto a epoca do desabrochar das regras em certas familias; principalmente, quando essas apparecem na idade popria, porem, desperta curiosa attenção, quando se tornam prematuras ou retardatarias.

Citam-se numerosos exemplos de familias, cujas raparigas foram regradas todas na mesma idade; Curty cita uma composta de mãe e nove filhas em que o fluxo apparecia sempre aos 11 annos.

As raparigas do campo se bem que respirando um bom ar e expostas ao sol vivificador, são regradas mais tardiamente que as da cidade; a differença está que naquellas o bom ar e a bôa luz cedem diante do trabalho rude em que se occupam, á alimentação pouco nutriente e ao estado solitario em que se vêem geralmente; ao passo que nestas a contemplação de quadros, a bôa alimentação, os leitos macios etc. concorrem para o accordar mais cedo do sentido genesico, despertando assim a funcção ovariana.

O temperamento tambem deve ser levado em

linha de conta, Basset diz: que o sanguineo adianta esta funcção, o lymphatico atraza, emquanto que o nervoso ora adianta ora atraza. Stolz considera a constituição e o temperamento num plano muito inferior, tratando-se de puberdade; admitte que uma rapariga fragil mas de intelligencia vivida, será formada primeiro que uma outra em condição opposta.

Diz elle: o que a natureza gasta na ultima para o desenvolvimento do corpo, emprega na primeira com o estabelecimento da puberdade.

Tem-se visto casos de só apparecer o menstruo em uma idade mui avançada 26 a 27 annos.

Raciborski attribue isto a apathia do setido genital.

Tambem se teem visto casos de menstruação aos 10 annos, e conta-se de mães aos 12.

***

Quando os phenomenos que precedem a menstruação teem apparecido, é prudente que as mães de familia ou pessôas encarregadas da educação, tornem as raparigas scientes das metamorphoses porque vão passar.

E' natural o pudor no seu sexo; muitos autores, e mais especialmente Lombroso, contam que, condemnadas dos mais hediondos crimes, confessam-os sem nenhuma emoção, ao passo que, á mais leve pergunta sobre suas funcções lunares, enrubecem e tornam-se pudibundas.

Mas o pudor não se susceptibilisa diante de mães carinhosas e intelligentes.

Diderot por meio de comparações na historia natural e por periphrases bem ordenadas conseguiu tornar sciente sua filha dos mysterios da geração humana.

Contam-se casos em que raparigas surprehendidas pelo menstruo têm se lançado em banheiras de agua fria e resultado disto perturbações graves para a saude. Paul Dalché conta de uma, nestas condições, que foi atacada de dôres abdominaes e de uma amenorrhéa que durou muito tempo; e de uma outra que suppondo ir morrer, foi presa de uma crise nervosa e tornou-se hysterica desta data em diante.

As perturbações da menstruação se repercutem de uma maneira nitida sobre os centros nervosos e dão lugar a diversas vesanias: pyromania, dipso-

mania, monomania do suicidio etc. ; e podem causar tambem hemorrhagias ou congestões em todos os orgãos, crises gastricas etc.

As vezes a menstruação não apparece e as mães assustam-se, procuram nos remedios caseiros, nos pediluvios sinapisados um meio de fazel-a desabrochar.

Em semelhantes casos faz-se sempre um grande mal ás pobres raparigas.

Se a menstruação se faz esperar, é porque o organismo ou se acha enfraquecido ou então o sentido genital ainda não foi despertado.

Se o organismo se acha fraco, tonifique-se-o, pelos meios hygienicos, bom ar, bôa carne, muita luz etc., que com a saude virão as regras.

E se a rapariga é forte, robusta, espere-se que a natureza aja, e não se a intoxique com ferruginosos, etc.

Como hygiene não é só prophylaxia de molestias, é mais que isso, é tudo que concorre para a felicidade do individuo e da especie, é tudo que coopera para o desenvolvimento material, moral e physico da sociedade, não trepidamos em estudar aqui um dos capitulos mais importantes da sciencia, tão esquecida dos programmas dos

gymnasios: a educação da mulher, e mais principalmente da mulher joven.

E' nessa phase da vida em que o cerebro corre parelha com o utero a ponto de um eminente gynecologo consideral-a um utero servido por orgãos, que mais se deve cuidar de seu espirito, afastando-o de tudo que possa produzir o nèvrosismo commum nessa idade *critica*.

Na sociedade actual em que o desejo de brilhar e as exteriorisações constituem a maior preoccupação de certas mães de familia, estas pobres são immoladas á vaidade destas poucas dignas de tão sublime missão.

Ora as internam em collegios faltos de condições hygienicas, sem luz, sem ar, alimentadas sem os cuidados que a sua idade requer, ora enclausuram-nas em conventos, que á falta de hygiene se vem juntar o mysticismo que a religião lhes desperta e que tão grandes prejuizos causam, não só ás pobres victimas, como ainda se repercutem sobre a sociedade inteira.

Não somos daquelles que banem por completo a religião da educação, a consideramos como principio e base de uma bôa moral.

Mas achamos, que se deve desconfiar da fé mui

ardente das freiras, e lembrar sempre as palavras de Fenelon: «aprecio muito a educação dos bons conventos, mas ainda dou mais pela de uma bôa mãe quando esta pode livremente entregar-se a isso».

O bispo Dupanloup fallando da educação dos conventos commenta de forma adocicada a piedade que as religiosas incutem no espirito fraco das raparigas.

Eis alguns topicos de uma carta deste bispo — com relação a educação nestas casas: «A imaginação e o sentimento fazem quasi sempre as despesas desta piedade terna, mas sem fundo, a qual está ligada inteiramente á circumstancias que a superexcitam.

Sem duvida as religiosas nestas casas fallam de Deus dulçurosamente, a capella é encantadora, as festas religiosas brilhantes, a musica sobretudo tão escolhida que até de longe se vem para ouvil-a.

Tudo isso enternece o coração, enleva e captiva a imaginação, na idade em que as donzellas são mas susceptiveis dessas doces e vivas impressões.

Suas almas mais avidas de sentimentos que de virtudes severas, adormecem nesta suave atmosphera que não é da terra nem do ceu, mas que não as leva á terra da promissão.»

A estes prejuizos ajuntam-se mais os do esforço para accumular materias desnecessarias, algumas vezes, em detrimento de disciplinas uteis e de mais facil comprehensão.

Muitas vezes não é a vaidade das mães que as obriga a esgotarem-se com o dispendio de energia intellectual, maior que a compativel com a sua idade, é a lucta pela existencia, é o *sturgge for life* que as impelle para os institutos.

Cabe aos instituidores o cuidado de procurar o meio mais facil de ensinar sem deprimir a organisação.

O Dr. Hertel, medico dinamarquez, em estudos feitos nas escolas superiores de seu paiz achou que em 41 $^0/_0$ de raparigas o estado de saúde era precario.

O Dr. Bristroff, de Petersburg, e um grande numero de medicos que se teem enveredado nestes assumptos, são de accordo que o trabalho excessivo imposto pelos exames e concursos, é mais prejudicial a ellas que aos rapazes.

Não é a cultura intellectual, que mais attrae o homem, não é a educação que acorda o amor, é antes o rosado de uma face bella, a elegancia

de um porte esbelto, que desperta esta sympathia que inclina o homem á mulher.

Para Spencer, os elementos que se combinam no coração do homem para produzir esta emoção que se chama amor, são: em primeiro lugar os que nascem das vantagens exteriores; depois veem os que fornecem as qualidades moraes, e por ultimo os que proveem dos attractivos intellectuaes.

Spencer, comprovando suas opiniões, diz que um dos fins supremos, ou antes, o fim supremo da natureza, é a maior vantagem da posteridade.

Em todos os tempos, em todas as raças, em todas as hierarchias sociaes, a belleza da mulher tem sido o maior attractivo do homem.

« Renan diz que o primeiro dever da mulher é ser formosa, Theophilo Gautier do seu proprio punho escreve « nunca pretendi das mulheres senão uma cousa: belleza, dispenso-lhes o talento e a alma.

« Na minha opinião a mulher formosa tem sempre talento; o talento de ser formosa, e não sei outro que valha este. »

Cousas de litteratos dirão, mas os poetas são sempre psychologos.

O que vale uma intelligencia culta em um organismo debilitado?

Não se veja nestas linhas a menor sombra de indisposição contra a instrucção da mulher é contra o modo porque geralmente ella se faz que nos rebellamos. Desejamos as mulheres instruidas na medida de suas forças, aptas a serem verdadeiras mães, capazes de educar conscientemente, e conscias do papel altamente elevado que representam na sociedade.

Ja ha quasi dois seculos passados o problema da educação intellectual da mulher era objecto de lucubração dos medicos. Antonio Vallisnere professor de medicina theorica da universidade de Padua, quando director da *Academia dos Ricovarti* propoz o problema *se as mulheres deviam ser admittidas ao estudo das sciencias e das bellas artes.*

Ensine-se-lhes o que ellas devem saber e não se lhes cance a intelligencia com trabalhos forçados para as exhibições de exames que duplamente concorrem para debilital-as; é a surmenage mental de um lado, de outro a surmenage moral a produzirem seus effeitos nocivos.

Esquece-se geralmente que o crescimento do

corpo se faz até 20 annos no maximo, e o da intelligencia e indefinido, vae até a morte.

Ensine-se-lhes os mysterios sublimes da maternidade, e não se os considere como vergonhosos; não se acredite n'uma innocencia que não existe, e que se houvesse toda a feição da sociedade estaria mudada.

Ensine-se-lhes a considerar o homem como seu semelhante e companheiro e não como animal perigoso de quem se deve fugir.

A respeito da educação da rapariga na Allemanha diz o Gegenwart: que embora se tenha realisado um grande progresso ainda ha muito a desejar « se lhes ensina muitas coisas inuteis datas, nomes, regras que mais tarde não teem que fazer applicação emquanto que se esquecem do que ha verdadeiramente importante, formar e desenvolver mães futuras. Formam-se pequenas encyclopedias vivas, algumas vezes mulheres de espirito porem nunca verdadeiramente uteis ao corpo social»

Não são somente as consequencias do cançaço intellectual que se fazem necessarias aos nossos estudos, as surmenages produzidas pelas diversões nocturnas, os bailes, theatros, devem ser passados

em revista quando se trata de hygiene da rapariga.

No theatro alem dos effeitos que produzem os dramas onde se representam a vivo as chagas sociaes, outros elementos se veem juntar, a aeração mal feita e impregnada de gazes provenientes da combustão de milhares de bicos de illuminação e mais ainda dos desprendidos de milhares de pulmões.

Nos lyricos alem destes inconvenientes vêem-se mais os da musica.

Não é ignorado de todos os que se dão a observação das cousas do espirito o effeito que ella produz nas organisações nervosas.

Desde os animaes inferiores, como grillos, que são guiados na escolha da companheira pelo som monotono produzido pelo bater constante das azas, até o homem, que se deixa prender por um timbre de voz; tudo comprova a sua influencia sobre o ser psychico.

Platão parece ter sido um vidente quando desejando apurar uma raça forte em sua republica, prohibia não só a melodiosa como tambem os instrumentos que a podesse produzir; não obstante

consentia a dorica e a phrygia, por consideral-as convenientes para uma prudente e corajosa desposição de espirito.

Está na consciencia de todos, a excitação que produzem os canticos dos trovadores nocturnos no espirito fraco das raparigas. E todos os dias a litteratura conta-nos casos de até princezas se apaixonarem por muzicistas de baixa estirpe.

Um nosso collega contou-nos de um caso em que uma rapariga do *high life* bahiano foi acommettida de uma crise hysterica pelo facto unico de ouvir com attenção as harmonias de uma valsa de Wagner executada pela maestria do violinista Nicolino Milano.

Conhecemos factos diversos de raparigas se apaixonarem pelos professores de canto e piano etc. e até de escandalos familiares provenientes disso.

E, completando todo este cortejo nefasto, a vigilia se nos resalta como factor de primeira grandesa, nas anemias e nevroses das raparigas do grande mundo.

E' facto corrente a pallidez dos actores e dos que são obrigados a trocar a noite pelo dia.

E' durante a noite, no silencio da natureza

adormecida, que o organismo armazena elementos novos que tem de consumir no dia seguinte; não é por um habito adquirido que o homem procura a treva para este accumular, é no plano geral do universo que está a causa desta predilecção.

Durante a noite, a circulação, a respiração, se alentam, as secreções diminuem, tudo no organismo parece dormir.

Pelo que vimos de escrever evidencia-se o *quantum* de cuidado merecem as raparigas na phase em que sua alma qual chapa photographica, não revelada, pode impressionar-se ao mais tenue *raio de luz*.

No momento em que o organismo soffre as grandes transformações que caracterisam a puberdade, a nutrição deve ser objecto mais particular dos cuidados hygienicos.

Sendo o alimento o reparador das perdas constantes do organismo, sendo o combustivel desta machina potente que se chama homem, é nelle, na alimentação, que as raparigas devem encontrar os elementos compensadores das despesas organicas que experimentam em maior escala nessa idade da vida.

E' na alimentação methodica, regrada aos cuidados hygienicos, pautada as condições de vida,

que ellas irão encontrar o compensador da actividade physiologica dessa idade.

As refeições devem ser methodicas, a horas certas, mediando entre uma e outra o tempo sufficiente a ser digerido o alimento.

Como o cerebro que trabalha continuamente, como uma musculatura que não repousa, se esgota, se fadiga, o estomago tambem soffre estes effeitos quando obrigado a funccionar a todo ins tante do dia.

Os effeitos de seu alquebramento não se fazem sentir tão immediatamente como os dos musculos, como os do cerebro, elles, como os dos orgãos que trabalham lentamente, são retardados.

Os alimentos devem ser da melhor especie, e a escolha deve ser feita de accordo com o appetite e o temperamento da joven.

Escolhendo-se os de digestão facil e mais simplesmente preparados, banindo-se os apimentados.

As carnes cruas tão preconisadas devem ser abolidas, por serem muitas vezes as transmissoras de germens.

Carnes brancas, leite, ovos frescos, legumes, compotas de fructas, etc. deve ser a alimentação escolhida.

A funcção digestiva, como todas as outras funcções, tem necessidade de trabalhar conforme as suas aptidões.

Escolher um regimen é muito difficil; é necessario conhecer o que o estomago digere melhor e isto varia segundo os individuos, raças, temperamentos, etc.

Cada raça escolhe a alimentação que lhe convem melhor ao seu clima e ao seu organismo.

Como o organismo necessita de uma bôa alimentação para nutrir-se, o corpo tem necessidade de um protector, que conserve o calor que com tão grande trabalho é produzido pela queima dos combustiveis tirados dos tres reinos da natureza, e o resguarde das intemperies e dos frios.

E' nas vestes que se encontra esta protecção; são ellas que cobrindo cerca de 80 % da superficie do corpo, impedem que elle ceda ao meio exterior uma certa quantidade de calorias variavel conforme a temperatura ambiente.

O vestuario, a eterna preoccupação da rapariga da geração actual, tambem não nos poderia passar despercebido tratando-se da sua hygiene.

Se nos povos selvagens existiu no estado mais rudimentar, com os progressos da civilisação se

veio aperfeiçoando até nós, tornando-se hoje o requinte de vaidade, a ponto de Mantegazza estudar-lhe 7 fins.

A vaidade da mulher, o desejo de tornar-se encantadora aos olhos do homem, tem feito mil progressos na arte da moda, uns sem nenhum inconveniente para sua saude, outros com grande prejuizo para si e para a especie.

E' do trajar no seu mister principal, no de conservar ao corpo sua temperatura propria, abrigando-o das correntes de ar e dos raios solares, que nos vamos occupar, não esquecendo, porém, seus adventicios, calçados e espartilhos, etc.

Perigoso para todas mulheres na epoca lunar, o frio produz effeitos ainda mais desastrosos no alborecer das regras.

As camisas e as vestes de contacto mediato devem ser amplas a ponto de não tornarem impossivel o interposição de uma camada de ar entre ellas e o corpo.

As vestes de *cima* cabe mais principalmente o papel de protegel-o do frio, do calor e das intemperies.

Quanto as meias diremos apenas que devem ser compridas a ponto de resguardarem a articu-

lação do joelho. Contraindicamos as ligas que retardando a circulação dos membros inferiores dão lugar a varices, resfriamentos etc.

O calçado deve ser folgado e de salto baixo, porque o de salto mui alto faz deslocar o centro de gravidade do corpo e obriga ás raparigas tornarem-se *equilibristas*; podendo resultar disto desvio da columna vertebral.

Deixamos o espartilho para ultima de mão deste estudo por ter sempre sido elle objecto de discussões em hygiene. Desde Paré até o professor Pinard, passando por Buffon, Soemering, Cruveilhier, Sappey, Testut e Prus, tudo se tem dicto e escripto a seu respeito.

Não somos da opinião de Madame Tylck que o bane completamente do traje da rapariga.

Os maleficios a elle attribuido desapparecem quando bem confeccionados e bem postos.

Somos partidarios do espartilho que não deforma, que pelo contrario, corrige, do feito sob medida que tornando o corpo airoso não deprime o thorax e não perturba a circulação dos orgãos e conserva o livre jogo na cavidade abdominal.

Vem da mais alta antiguidade o seu uso que se

foi alterando desde as mais simples faixas das virgens Romanas até os de baleia de nossos dias.

Prust se expressa desta maneira a seu respeito: « Longe de mim o pensamento de instaurar contra o espartilho um processo mui severo; é indispensavel para assegurar o desenvolvimento regular das formas e manter a rapariga numa attitude bôa, de maneira a não expor-se a liberdade de porte tão nociva a bellesa. De ha muito a sua fabricação entrou em uma phase que podemos chamar sanitaria ».

Não estamos mais no tempo em que S. Jeronymo interdizia o banho as raparigas christãs.

Os cuidados genitaes não devem ser esquecidos; ao apparecer a regra é preciso que ellas estejam scientes delles.

Num momento opportuno se lhes deve ensinar com prudencia tudo o que deve saber uma mulher cuidadosa de sua saude.

O exercicio occupa lugar saliente nos meios empregados para fortificar a rapariga no momento da puberdade.

Os antigos gregos, esta raça de eleitos que após os seculos ainda nos causa admiração, não o esquecia na educação das raparigas, cujos contornos

de formas tem passado a posteridade pelo cinzel da Praxiteles.

« Hoje que a força muscular só serve para os trabalhos manuaes e que o bom exito na vida depende inteiramente da força da intelligencia, a educação torna-se quasi exclusivamente intellectual ».

Este exclusivismo é sempre máo, porque o cerebro sem o musculo conduz ao nevrosismo, e o musculo sem o cerebro á *animalidade.*

Mens sano in corpora sano, deve ser o fanal daquelles que se occupam com a saude dos povos.

Os resultados salutares do exercicio se repercutem na economia inteira. As combustões intimas são augmentadas de intensidade e se fazem de uma maneira mais completa ás custas de uma circulação mais activa e uma oxygenação maior.

Combate a inercia, augmenta a resistencia organica, a potencia do coração, dos pulmões, activa o appetite, etc.

Mas se o exercicio moderado produz effeitos beneficos, salutares, o exagerado, como tudo que ultrapassa os limites naturaes, produz funestas consequencias.

Na puberdade estas devem ser tomadas na maior conta.

Após exercicios fadigantes apparece sempre nesta idade um syndroma denominado febre de crescimento, que se tem procurado explicar pelo trabalho forçado que se faz ao nivel das zonas epyphisares ajudado pela auto-intoxicação produzida pela surmenage e uma outra intoxicação devida a um veneno autogeno, produzido pela superactividade nutritiva da medulla ossea.

Alem disso a fadiga é sempre perigosa, o trabalho exagerado esgota do musculo as materias oxydaveis, energeticas, sem dar tempo ao seu renovamento e faz apparecer em seu lugar dejectos, productos toxicos de desassimilação, que tendo nascimento em grande abundancia não podem ser eliminados rapidamente.

Feré no seu livro de pathologia das emoções cita do iscasos de paralysia produzidos pelo movimento voluntario muito repetido. Um delles observado numa rapariga hysterica de 19 annos, que apos muitas horas ao piano, foi acommettida de dormencia na mão esquerda, que se seguio de paralysia de todo o membro.

Feré considera este caso como sendo consequecia da fadiga, do esgotamento.

Na gymnastica bem professada não ha a lamentar os inconvenientes que alludimos.

A bem praticada segundo o methodo de Henry Ling, o genial poeta que inspirado no santo amor da patria procurou na physiologia e na anatomia meio de tornar a sua raça forte, deve ser praticada pelas raparigas.

Ella augmenta a saude, assegura o desenvolvimento normal completo, harmonioso do corpo e regularisa o funccionamento dos orgãos.

Lagrange muito insiste sobre a necessidade de prazer no exercicio, para que o beneficio por elle produzido seja completo.

Era um dos pontos em que se firmava Spencer para atacar a gymnastica, dizendo que ella era monotona; mas esta critica era feita a allemã e não sem fundamento porque Leo Burgerstein em um livro sobre hygiene escolar diz: a hora da gymnastica é a mais fastidiosa das horas da escola, porem, o Capitão Lefebure em um livro sobre gymnastica na Suecia nos conta o contrario, affirma haver muita alegria e disciplina durante a lição.

Não é só a gymnastica que se impõe como exercicio, os jogos ao ar livre e alguns generos de sport tambum concorrem para melhorar o desenvolvimento da rapariga.

O passeio a pé é um bom exercicio porque toda musculatura trabalha, a circulação se activa, as trocas respiratorias se fazem mais completamente.

A patinagem pela necessidade de equilibrio que exige faz desenvolver a musculatura do tronco, dos membros inferiores e abdomen.

A natação pelos movimentos de afastamento e approximação dos membros, desempenhados methodicamente, e pelo effeito salutar do banho de rio ou mar, constitue um dos melhores exercicios e sedativos do systema nervoso das raparigas.

A dança pela mudança de attitudes e harmonia de movimentos, pode ser incluida neste grupo; mas infelizmente a que se pratica na maioria de nossos salões, longe de produzir beneficos effeitos, é o mais das vezes nociva, não só pelo adiantado da hora da noite em que termina, como tambem, pela excitação que produzem as phrases estudadas dos eternos *leões* da moda, no espirito impressionavel das raparigas nesta idade.

Raciborski acredita na grande efficacia da equitação nos casos de ovulação lenta e só a contra indica, quando ha inflammação dos orgãos genitaes.

Paul Dalché diz: « que a equitação seja prescripta para fortificar uma rapariga na epoca de crescimento, é natural, mas, quando phenomenos inacostumados veem modificar toda a physiologia da bacia, nos parece mais prudente durante alguns mezes, procurar processos menos bruscos, para facilitar o escoamento do catamenio. »

O cyclismo é um bom exercicio, mas, só depois de estabelecida a menstruação é que elle deve ser praticado e com moderação.

Stapfer e Hogg acreditam que elle tem sobre os orgãos genitaes uma acção congestionante prejudicial ao seu funccionamento.

Baulamier diz que é questão de medida: descongestiona em dose moderada, em dose excessiva congestiona.

Geralmente confundem puberdade com nubilidade, e na maioria dos paizes os legisladores fixam o minimo da idade em que a mulher pode

casar, na do apparecimento da primeira regra; isto é, entre 12 e 14 annos.

Os nossos, pelo regulamento promulgado aos 27 de Janeiro de 1890, estabelecem a idade minima 17 annos.

Inconveniente algum haveria em augmentar-se este minimum, pois, se em muitas esta idade é sufficiente para se poderem casar, na maioria só alguns annos depois é que podem desempenhar o papel de esposas.

O casamento não é uma simples armadilha que a natureza nos prepara da qual devemos fugir, como aconselha Schopenhauer, é um factor de hygiene e de moral, é a base sobre que repousa a familia que é o pedestal da patria.

Quer contracto como o consideram os juristas, quer sacramento, o grande sacramento como o chama S. Paulo, o seu destino é a familia, a mais nobre das instituições.

Seu papel importante na longevidade, na repressão dos crimes, na diminuição de certas molestias, é inconteste, quando contrahido em condições requeridas, quando celebrado a luz da hygiene, quando realisado aos dictames da razão.

Ser pubere, não é ser nubil, a nubilidade, epoca em que a mulher pode desempenhar o papel sublime de mãe, não é aquella em que seu espirito ainda se acha attribulado, em que seus orgãos não completaram o seu desenvolvimento, em que certas molestias herdadas ainda se conservam em estado de latencia.

As estatisticas demonstram os effeitos nocivos produzidos pelos contrahidos prematuramente, estes não se concentram nos conjuges, se repercutem ainda á prole.

Estatisticas feitas em França, na Belgica e na Hollanda, demonstram que é uma causa de mortalidade para as raparigas o casamento contrahido antes de 25 annos.

Eis algumas cifras destas estatisticas:

Tomando cem como base das donzellas mortas entre 20 e 25 annos, o numero das mortas casadas nesta idade é de 129 para a França, numero relativamente pequeno, pois na Belgica elle eleva-se a 157 e na Hollanda ascende a 173; nas casadas, entre 15 a 20 annos, o numero de mortas é de 158 em França e na Belgica; na Hollanda é de 208.

A fecundação é ordinariamente possivel nessa phase da vida, porem acarreta quasi sempre para a rapariga consequencias graves, e os fetos creados em orgãos imperfeitos conservam-se debilitados e poucas vezes chegam a termo de nascer, e se nascem succumbem em pouca idade, porque encontram mães que não os podem nutrir regularmente.

Os Hindús a quem a lei obriga aos paes porcurarem esposos para as filhas antes da puberdade, com o fim de evitar o infanticidio, pois, entre elles a menstruação não seguida de gravidez é considerada como tal, vêem muitas vezes resultar disso desastres maiores que aquelles que procuram evitar.

Veber conta um caso de uma Hindú mahometana casada mui joven que succumbira de uma hemorrhagia consecutiva a uma violencia *legalmente* exercida sobre ella.

A autopsia comprovou um rasgão do perineo, e de uma grande extensão do conducto vulvo vaginal e o desenvolvimento incompleto do utero e seus annexos.

O Dr. Battesti assegura que o perigo do casamento augmenta na razão directa da juventude

dos conjuges e que a segurança delle não pode existir emquanto os futuros não tiverem attingido uma certa idade avançadas para permittir que as molestias que poderiam ter herdado dos paes se revelem.

As estatisticas de Salder demonstram que as raparigas que se casam mui jovens na Inglaterra são menos fecundas que as casadas em uma idade mais avançada, e que as creanças provenientes d'aquellas são menos viaveis que as destas.

Pelas estatisticas de Salder, as casadas antes de 16 annos dão 4, e 4 de nascimentos por casal, e as creanças são mortas numa proporção de 28 por cento; de 16 a 20 contam-se 4, e 63 creanças, e 20 por cento de mortes; de 20 a 24; 5,21 e 18 por cento de mortos.

O Dr. Monin diz: que das uniões precoces resultam creanças taradas que não tardam a pagar com juros compostos as dividas pathologicas de sua raça e de sua familia.

Não é só para o lado da especie que se vêem as consequencias funestas dos casamentos precoces, o lado moral tambem soffre os seus effeitos.

Uma rapariga mui joven não tem a idoneidade requerida para sêr mãe de familia.

Ser mãe não é só dar a luz, é nutrir, é educar a creança, e uma mulher aos 14 annos não póde desempenhar-se dos misteres sublimes desta trilogia santa, que a torna o mais respeitavel dos seres humanos.

Felizmente o tempo do inconsciente já se vae passando, a luz da sciencia já se vae diffundindo pelos desvão da familia, a educação pudibunda e mystica já vae cedendo lugar a racional e pratica.

Espiritos superiores como os de Cazalis, Jullien, Toulouse e tantos outros, não se cançam de pregar a necessidade de um exame medico nas que se preparam para casar.

O nosso regulamento de casamento já facilita este direito aos paes.

Ao lado da inclinação natural que arrasta os dois seres que se completam, a physiologia, ou antes a hygiene, deveria dar seu veridictum, sobre, se desta união a familia será enriquecida com uma progenie forte e sã, ou se pelo contrario, será augmentada de mais um tuberculoso, epileptico ou hysterico,

PROPOSIÇÕES

TRES SOBRE CADA UMA DAS CADEIRAS DO CURSO DE SCIENCIAS MEDICAS E CIRURGICAS

CHIMICA MEDICA

I

O phosphoro não existe livre na natureza.

II

Em estado de phosphatos é encontrado na urina, no sangue nos ossos e nos nervos.

III

Seu emprego em medicina exige os maiores cuidados.

HISTORIA NATURAL MEDICA

I

O Fructo do strychnos ignattis é uma baga espherica ou ovoide formada por um envolucro duro e uma polpa contendo sementes.

II

As sementes são empregadas com o nome de fava de S. Ignacio.

III

Suas propriedades são as da noz vomica.

ANATOMIA DESCRIPTIVA

I

O coração está situado na cavidade thoracica, acima do diaphragma, adiante da columna vertebral, para traz do externo entre os dois pulmões.

II

Pode-se-lhe considerar duas faces, dois bordos, um vertice e uma base.

III

Apresenta 4 cavidades, duas superiores auriculas e duas inferiores ventriculas.

HISTOLOGIA

I

Epithelio é toda membrana formada por cellulas justa-postas servindo geralmente de revestimento ás superficies interiores ou exteriores do corpo.

II

Quando o revestimento é de uma só camada de cellulas o epithelium é simples.

III

Quando de varias camadas superpostas o epithelio é stratificado.

PHYSIOLOGIA

I

Tudo que vive respira.

II

O organismo retira do meio exterior oxygenio e em troca desprende gaz carbonico.

III

E' nesta troca constante que reside a vida.

BACTERIOLOGIA

I

A suppuração foi considerada como sendo sempre produzida por microbios.

II

Experiencias de Cauncilmann vieram demonstrar o contrario disso.

III

Parece comprovado que a suppuração é o resultado da lucta do tecido contra certas substancias chimicas produzidas pelos microbios ou vindas do exterior.

ANATOMIA E PHYSIOLOGIA PATHOLOGICAS

I

Congestão é o accumulo nos vasos de um orgão ou de uma região qualquer do corpo de uma quantidade de sangue superior ao normal.

II

A hypertrophia do ventriculo esquerdo, com o consequente augmento das systoles, não produz congestão quando o systema vascular está são.

III

O exagero da impulsão cardiaca causa congestão nos orgãos cujos capillares são mui proximos dos troncos arteriaes.

PATHOLOGIA CIRURGICA

I

A osteomyelite é uma doença da infancia e da adolescencia.

II

A sua origem microbiana não soffre contestação.

III

O bulbo do osso na expressão de Lannelongue é o ponto de partida habitual da myelite.

PATHOLOGIA MEDICA

I

A molestia de addison é uma cachexia caracterisada por qnatro symptomas fundamentaes.

II

Estes symptomas são a coloração especial da pelle, as perturbações gastricas, a asthemia progressiva e dores abdominaes, e a cachexia.

III

A cachexia está ligada a maioria das vezes a uma alteração das capsulas supra renaes.

MATERIA MEDICA E ARTE DE FORMULAR

I

Segundo Baumann o principio activo da glandula thyroide é o iodo em estado de cumbinação organica.

II

O tratamento thyroidiano se pode fazer por trez

modos: pela injecção hypodermica do extracto, pelo enxerto e pela ingestão do corpo thyroide em natureza.

III

O ultimo meio é o melhor, não só por ser o mais pratico, como o mais efficaz.

ANATOMIA TOPOGRAPHICA.

I

O comprimento do pharynge em estado de repouso mede mais ou menos 14 centimetros.

II

Na deglutição elle encurta-se e pode chegar a 4 centimetros.

III

Na região nasal a sua largura é de 3 centimetros.

OPERAÇÕES E APPARELHOS

I

Emprega-se frequentemente o papelão para confecção de apparelhos de fractura.

II

Cortado convenientemente e amollecido nagua fervendo, é collocado na parte fracturada.

III

Assim collocado é fixado por meio de ataduras.

THERAPEUTICA

I

A medicação thyroidiana é especifica no myxedema.

II

Marie prescreve na dose de um lóbo por dia durante os quatro primeiros dias, depois um lóbo de dois em dois dias durante uma semana.

III

Esta indicação não tem nada de absoluto.

CLINICA PEDIATRICA

I

A alimentação defeituosa e as perturbações digestivas que della resultam são causas do rachitismo.

II

O regime do rachitico deve levar a economia os saes calcareos necessarios a refazer o desenvolvimento do esqueleto.

III

O tratamento medico deve visar as perturbações digestivas que entravam a assimilação dos alimentos.

CLINICA CIRURGICA

2.ª CADEIRA

I

A mobilidade anormal, a crepitação e a deformação do membro são os principaes symptomas da fractura.

II

Explorar uma fractura não é sempre facil, é preciso primeiro guiar-se pela inspecção, e pela palpação reconhecer sua forma e sua séde.

III

No tratamento das fracturas deve-se ter em vista conservar o membro, restituir sua forma e sua funcção.

CLINICA CIRURGICA
(1.ª CADEIRA)

I

Os aneurysmas das arterias superficiaes se caracterisam por um tumor molle fluctuante indolente, podendo attingir a um enorme volume.

II

A palpação desses tumores revelam batimentos isochronos á systole cardiaca.

III

As pulsações arteriaes são diminuidas abaixo do tumor aneurismatico.

CLINICA MEDICA
(1.ª CADEIRA)

I

O diagnostico precoce da tuberculose é meio caminho andado para a cura.

II

A hygiene representada nos bons ares constitue o melhor dos tratamentos.

III

Dentre os agentes medicamentosos empregados o creosoto é um dos mais indicados.

CLINICA MEDICA

(2.ª CADEIRA)

I

A maior parte das bronchites têm sua sede inicial nas vias respiratorias superiores; a sua primeira phase é a tracheo-bronchite.

II

A forma mais commum de tracheo-bronchite é *á frigore.*

III

Esta affecção começa quasi sempre por um coryza intenso.

OBSTETRICIA

I

A operação cesariana é ainda hoje uma intervenção difficil e arriscada.

II

Esta operação deve ser feita durante o trabalho do parto.

III

A gravidade desta operação depende dos accidentes hemorrhagicos e peritoneaes que podem sobrevir-lhe.

HYGIENE

I

O papel das aguas na transmissão de molestias é enorme.

II

A febre typhica, o cholera, a dysenteria são transmittidas geralmente pela agua de bebida.

III

A filtração tem por fim separar das aguas suas impurezas.

MEDICINA LEGAL

I

Ha signaes que permittem o perito affirmar a maturidade da creança,

II

Estes signaes são: o peso e o comprimento do corpo, os diametros da cabeça, o ponto de ossificação do femur e as separações dos alveolos dentarios no maxillar inferior.

III

O ponto de ossificação do femur apparece na ultima quinzena de gestação.

CLINICA DERMATOLOGICA E SYPHILIGRAPHICA

I

A syphilis terciaria da trachea e dos bronchios não é muito frequente.

II

Ella se apresenta no meio do periodo terciario, em geral de 4 a 8 annos após o começo da infecção.

III

As lesões teem séde em uma das extremidades da trachea, mais frequentemente na bronchica.

CLINICA OPHTALMOLOGICA

I

Keratite é a inflammação da cornea.

II

As keratites muitas vezes estão ligadas ao estado geral.

III

Nesses casos alem do tratamento local, devemos recorrer ao tratamento geral.

CLINICA PROPEDEUTICA

I

A côr icterica da pelle é devida ao accumulo da materia corante da bilis no sangue.

II

Nos labios e na mucosa buccal só se observa a ictericia, fazendo-se uma pressão com o dedo ou melhor com um plessimetro de vidro.

III

E impossivel reconhecer ictericia cutanea á luz artificial.

CLINICA OBSTETRICA E GYNECALOGICA

I

A amenorrhea caracterisa-se pela suspensão ou ausencia da menstruação.

II

Muitas vezes a amenorrhea é symptoma de uma molestia chronica.

III

Geralmente as tuberculosas, as cacheticas chegam a idade da puberdade sem apparecerem suas regras.

CLINICA PSYCHIATRICA E DE MOLESTIAS NERVOSAS

I

Os symptomas verdadeiros da demencia precoce são tres: suppressão das reacções voluntarias, perturbações vaso-motoras e impulsões.

II

O doente não tem vontade propria mas pode reagir sob a influencia de uma excitação exterior.

III

As perturbações vaso-motoras caracterisadas pelas alternativas de enrubecimento e pallidez subitas da face e das extremidades, e as impulsões são constantes.

Visto.

Secretaria da Faculdade de Medicina da Bahia, 31 de Outubro de 1906.

O Secretario

Dr. Menandro dos Reis Meirelles